

# Capitolul 1

## ARTA ELIBERĂRII

---

*Acum începe ultima secțiune a sutrelor lui Patanjali: Kaivalya Pada.*

Puterile sunt revelate la naștere sau dobândite prin ierburi miraculoase, repetarea de cuvinte sacre, austerități sau samadhi.

Transformarea dintr-o clasă, specie sau gen într-un altul are loc printr-o revărsare a potențialităților sau tendințelor naturale.

Cauza declanșatoare nu acționează direct asupra tendințelor naturale; ea doar înlătură obstacolele – asemenea unui fermier care irigă un teren: el înlătură obstacolele, iar apoi apa curge nestingherită, de la sine.

Mințile create artificial acționează numai din egoism.

Cu toate că activitățile numeroaselor minți artificiale variază, mintea originală unică le controlează pe toate.

Omul e aproape nebun – nebun pentru că el caută ceva ce deja are; nebun pentru că nu e conștient de cine e el; nebun pentru că speră, dorește și, în cele din urmă, se simte frustrat.

Frustrarea e inevitabilă din cauză că nu ai cum să te găsești căutându-te; tu ești deja. Căutarea trebuie să înceteze: aceasta este cea mai mare problemă ce trebuie înfruntată. Problema e că ai ceva, iar tu cauți acel ceva. Cum ai putea să-l găsești? Ești prea ocupat cu căutarea și nu poți să vezi lucrul pe care îl ai deja. Până când orice căutare nu încetează, nu vei putea să-l vezi. Căutarea face ca mintea ta să fie focalizată undeva în viitor, iar lucrul pe care îl cauți e deja aici, acum, în chiar această clipă.

Ceea ce cauți e ascuns în tine. Căutătorul e cel căutat; de aceea există atâta nevroză, atâta nebunie. Din momentul în care mintea ta e focalizată într-o direcție, ai o intenție. Imediat atenția ta încetează să mai fie liberă. Intenția schilodește atenția. Dacă ești în căutarea a ceva, conștiința ta s-a îngustat. Ea va exclude orice altceva. Va include numai dorința ta, speranța ta, visul tău.

Iar pentru a deveni conștient de ceea ce ești, nu ai nevoie de nicio intenție. Ai nevoie doar de atenție, de atenție pură, nu de intenția de a te duce undeva – de o conștientizare nefocalizată, de conștientizare aici-acum, nu altundeva. Aceasta este problema fundamentală: câinele își vânează coada, devine frustrat, aproape că înnebunește, deoarece cu fiecare pas pe care-l face nu obține nimic altceva decât eșec, eșec, eșec.

Chiar ieri mi-a zis un *sannyasin* că acum se simte frustrat. Am fost extrem de fericit să aud asta. Fiindcă atunci când te simți frustrat, ceva în tine se deschide. Când te simți frustrat, dacă ești cu adevărat frustrat, viitorul dispare. Viitorul poate

exista numai cu sprijinul dorinței, intenției, așteptării. Viitorul nu e altceva decât intenționalitate. Am fost extrem de fericit auzind că un om e frustrat.

Fritz Perls, unul dintre oamenii cu o minte foarte pătrunzătoare ai acestui secol, a spus că munca unui terapeut nu e altceva decât frustrare indusă cu multă iscusință, crearea sentimentului de frustrare în pacient. Ce vrea el să spună? Vrea să spună că până când nu devii cu adevărat frustrat de dorințele, speranțele și așteptările tale, nu vei fi aruncat înapoi în ființa ta. O frustrare adevărată e o mare binecuvântare. Atunci brusc ești, și nimic altceva nu mai există.

*Sannyasinul* mi-a zis: „Mă simt frustrat. Mi se pare că nu se întâmplă nimic. Am făcut tot felul de meditații, tot felul de terapii de grup, și nu se întâmplă nimic.” Țasta e rostul tuturor meditațiilor și tuturor terapiilor de grup, să te faci conștient de faptul că nu se poate întâmpla nimic. Totul s-a întâmplat deja. Într-o stare de frustrare profundă, energia ta se întoarce la sursă. Te întorci la tine însuși.

Vei încerca să creezi în tine speranțe noi. De aceea oamenii continuă să schimbe terapeuții, terapiile, maestrul, religiile. Continuă să treacă de la una la alta fiindcă spun ei: „Acum mă simt frustrat aici; altundeva voi sădi iar semințe ale speranței.”

Atunci vei rata în permanență esențialul. Dacă înțelegi, problema e cum să revii la tine însuși, cum să te frustrezi în privința dorințelor tale. Sigur, treaba asta trebuie făcută cu multă abilitate.

Asta fac eu aici. Dacă nu ai niciun fel de dorințe, mai întâi creează-le. Eu îți ofer speranță. Spun: „Da, în curând ceva se va întâmpla” – fiindcă știi că există în tine dorința, dar nu e pe deplin conturată. Se ascunde sub formă de sămânță; trebuie să

încolțească, trebuie să înflorească. Iar când dorința înflorește, florile sunt cele ale frustrării.

Atunci brusc renunți la tot nonsensul, la toată căutarea. Și din momentul în care ești frustrat în mod autentic – iar când spun autentic, realmente frustrat, vreau să spun că acum n-o mai iei de la capăt cu niciun fel de dorințe, ci pur și simplu accepți situația și te întorci acasă – vei începe să râzi. Asta ai căutat întotdeauna. Ceea ce căutai a existat întotdeauna în tine, dar erai prea ocupat cu căutarea.

Există un film foarte frumos numit *The King of Hearts*. Contextul e cel al Primului Război Mondial, iar nemții și englezii se luptă pentru un oraș francez. Nemții pun o bombă cu ceas și părăsesc orașul, iar francezii află despre bombă, așa că și ei părăsesc orașul.

Toți cei internați într-o casă de nebuni ies, pun stăpânire pe orașul gol și se distrează de minune – fiindcă n-a mai rămas nimeni acolo în afară de ei. Chiar și paznicii lor au fugit, așa că sunt liberi. Ies în oraș și totul e gol; magazinele sunt goale, birourile sunt goale. Așa că ei pun stăpânire pe oraș și se distrează de minune. Se îmbracă cu ce vor și fac ce vor. Nebunia lor pur și simplu dispare; nu mai sunt nebuni. Tot ce își doriseră vreodată să devină și nu putuseră deveni, deveneau acum fără niciun efort. Cineva devine general, altcineva duce, cineva e o doamnă, altcineva e doctor, sau episcop, sau orice și-a dorit vreodată să fie. Totul e gratuit. Îmbracă tot felul de haine și se distrează la maximum. Fiecare își asumă ce rol vrea el în oraș: general, duce, ducesă, doamnă, episcop etc. Un tip devine bărbier și își plătește clienții fiindcă îi place să fie bărbier, iar în felul ăsta capătă mai mulți clienți. Cu toții se identifică cu rolurile acestea, trăind clipa și bucurându-se de ea la maximum.

Un soldat britanic e trimis în oraș ca să dezamorseze bomba. Devine frustrat fiindcă nu poate găsi locul în care a fost pusă bomba. Începe să tune și să fulgere, urlând: „O să murim cu toții!” Așa că toată lumea, *toată lumea*: generalul, ducele, episcopul – nebunii – toată lumea aduce șezlonguri ca să-l urmărească în acțiune. Bat din palme și aclamă. Bineînțeles că el se enervează și mai rău.

A doua zi, atât nemții, cât și englezii se întorc în oraș în pas de marș și toți nebunii tratează evenimentul ca pe o paradă. Atunci soldații se văd unii pe alții, se împușcă și se omoară reciproc. De la un balcon, ducele se uită cu dispreț la cadavre și spune: „Acum joacă exagerat.”

O tânără se uită în jos cu tristețe și spune, confuză: „Amuzanți oameni.”

Episcopul zice: „Oamenii ăștia sigur au înnebunit.”

Crezi că nebunii sunt nebuni? Uită-te la tine, la ce faci. Când un nebun pretinde că e prim-ministru sau președinte, crezi că e nebun? Atunci președinții și prim-miniștrii voștri ce fac? De fapt, ei ar putea să fie mai nebuni – fiindcă nebunul se bucură de fantezia lui, nu-și bate capul să o transforme în realitate. Dar prim-miniștrii, președinții și generalii nu sunt satisfăcuți cu fantezia lor, încearcă să o transforme în realitate. Sigur, când un nebun e un Alexandru cel Mare sau un Genghis Han, el nu ucide niciodată pe nimeni, ci doar există, pur și simplu. Nu se apucă să demonstreze că el chiar e personajul respectiv. Nu e periculos, e inocent. Dar când acești așa-ziși oameni sănătoși la cap au ideea de a deveni un Alexandru, un Genghis Han, un Tamerlan, ei nu se mulțumesc cu ideea. Încearcă să o transforme în realitate. Hitlerii voștri sunt mai

nebuni, Mao Zedongii voștri sunt mai nebuni decât orice nebuni din aziluri.

Problema e că întreaga umanitate există ca și cum ar fi hipnotizată. E ca și cum ați fi cu toții hipnotizați și n-ați ști cum să ieșiți din starea asta. Modurile voastre de viață sunt toate smintite, nevrotice. Ele creează mai multă suferință decât fericire. Creează mai multă frustrare decât împlinire. Felul în care trăiți vă aduce tot mai aproape de iad. Raiul e doar o dorință, iadul e aproape o realitate. Trăiți în iad și visați la rai. De fapt, raiul e un fel de tranchilizant. Vă dă speranță, însă orice speranță va sfârși în frustrare. Speranța raiului nu face decât să creeze un iad al frustrării. Rețineți asta: numai atunci veți putea să înțelegeți ultimul capitol al lui Patanjali, *Kaivalya Pada*.

Ce este arta eliberării? Artă eliberării nu e altceva decât arta dehipnotizării: cum să ieși din starea aceasta hipnotică în care te afli; cum să îți decondiționezi mintea; cum să privești realitatea fără niciun fel de noțiuni care să creeze o barieră între tine și ceea ce e real; cum să vezi pur și simplu fără nicio dorință care să-ți încețoșeze privirea; cum să exiști pur și simplu, fără nicio motivație. La asta se referă yoga, nu la altceva. Și atunci, brusc se dezvăluie ceea ce se află în tine și s-a aflat dintotdeauna în tine, de la bun început.

Prima *sutra*:

*Janmausadhi-mantra-tapah-samadhiyah siddhayah.*

Puterile sunt revelate la naștere...

Aceasta este o *sutra* semnificativă. Încă nu am găsit un comentariu corect legat de această *sutra* – fiindcă e atât de plină de semnificație încât până când nu pătrunzi în însuși miezul ei, nu vei putea să o înțelegi.

Puterile sunt revelate la naștere sau dobândite prin ierburi miraculoase, repetarea de cuvinte sacre, austerități sau samadhi.

Ceea ce ești e revelat la naștere fără niciun efort. Fiecare copil, atunci când se naște, cunoaște adevărul, fiindcă n-a fost încă hipnotizat. Nu are dorințe; e încă inocent, virgin, nu e corupt de nicio intenție. Atenția lui e pură, nefocalizată. Copilul e în mod natural meditativ. El e într-un fel de *samadhi*, el tocmai iese din pântecul existenței. Râul vieții lui e încă absolut proaspăt, venit direct de la sursă. Cunoaște adevărul, dar nu știe că îl cunoaște. Îl cunoaște fără s-o știe. Cunoașterea e absolut simplă. Cum ar putea el să știe că știe? Nu a existat niciodată vreun moment în care să nu știe.

Ca să îți dai seama că știi ceva, trebuie să fi existat măcar un moment în care să nu fi știut. Fără ignoranță nu ai cum să-ți simți cunoașterea. Fără întuneric nu ai cum să vezi stelele. Ziua nu le vezi, fiindcă e lumină peste tot. Noaptea vezi stelele fiindcă e întuneric. Contrastul e necesar.

Un copil se naște în lumină perfectă; el nu poate simți că e lumină. Ca s-o simtă, va trebui să treacă prin experiența întunericului. Atunci va putea să compare și să-și dea seama, să știe că știe. Cunoașterea lui nu e încă una conștientă. E inocentă. Există pur și simplu. Iar el nu e separat de cunoașterea lui, el e cunoașterea lui. Nu are o minte, are doar o ființă.

Patanjali spune că ceea ce cauți e ceva ce ai cunoscut cândva. Fără să știi, ai cunoscut acel lucru, altminteri nu ai avea cum să-l cauți, căci noi putem căuta numai ceva ce am mai cunoscut, într-un fel sau altul, poate foarte vag. Poate conștiința nu era clară – era încețoșată – dar cum ai putea căuta ceva ce n-ai mai cunoscut niciodată? Cum ar fi posibil? Cum ai putea să cauți beatitudinea? Cum ai putea să cauți adevărul? Cum ai putea să cauți sinele, sinele suprem? Pesemne că i-ai simțit cândva gustul, iar acel gust, amintirea lui, persistă încă undeva în ființa ta. Simți că e ceva ce îți lipsește; de aceea apare căutarea.

Prima experiență a *samadhi*-ului, prima experiență a puterii infinite, a *siddhi*, a potențialității, a ființei e revelată la naștere. Dar la momentul acela nu poți să o transformi în cunoaștere. Ca să faci asta va trebui să străbați o noapte neagră a sufletului, va trebui să te rătăcești. Va trebui să păcătuiești. Cuvântul *păcat* e foarte frumos. El nu înseamnă altceva decât că rătăcești calea, că te abați de la calea cea bună sau că ratezi ținta, ratezi destinația. Adam trebuie să iasă din Grădina Edenului. E o necesitate. Până când nu îl pierzi pe Dumnezeu, nu vei putea să-l cunoști. Până când nu vei ajunge într-un punct în care să nu mai știi dacă Dumnezeu există sau nu, până când nu vei ajunge în punctul în care să fi pradă nefericirii, durerii și suferinței, nu vei putea niciodată să știi ce e beatitudinea. Agonia e ușa către extaz.

Prima *sutra* a lui Patanjali spune pur și simplu că ceea ce dobândesc yoghini nu e ceva nou. E doar regăsirea a ceva pierdut. E o reamintire. De aceea în India, atunci când cineva ajunge la *samadhi*, noi spunem că s-a născut a doua oară, că a trăit o renaștere. Îi spunem *dwij*, cel născut de două ori.

Prima naștere a fost inconștientă; a doua naștere e conștientă. A suferit, s-a rătăcit și s-a întors acasă. Când Adam se întoarce acasă, el e Iisus. Fiecare Iisus trebuie să plece departe de casă, iar atunci el e Adam. Când Adam începe călătoria de întoarcere acasă, el e Iisus. Adam e primul om, Iisus e ultimul. Adam e începutul, alfa, iar Iisus e sfârșitul, omega – și cercul e încheiat.

*Puterile sunt revelate la naștere...* Apoi își face apariția lumea, ceea ce hindușii numesc *maya*. Cuvântul acesta a fost tradus prin „iluzie”, „magie”, dar cea mai bună variantă de traducere ar fi „hipnoză”. Apoi își face apariția hipnoza. O mie de hipnoze apar pretutindeni în jur. I se spune că e hindus – asta e hipnoză; i se spune că e creștin – e o hipnoză. Minteia lui e condiționată și îngustată. E musulman – asta e hipnoză. Apoi i se spune că e bărbat sau femeie – e o hipnoză.

Nouăzeci la sută din percepția ta legată de masculinitatea sau feminitatea ta e doar hipnoză, nu are nimic de-a face cu biologia ta. Diferența biologică dintre bărbat și femeie e foarte simplă, dar diferența psihologică e foarte complicată și complexă. Trebuie să-i înveți pe băieții cum să fie băieți și pe fetițele cum să fie fete. Creezi o intenție: fetele vor deveni femei frumoase, iar băieții vor deveni bărbați foarte puternici. Fetele se vor limita la spațiul de acasă: gospodine, soții, mame, iar băieții vor porni într-o mare aventură în lume: bani, putere, prestigiu, ambiție. Creezi în ei intenții diferite.

În societăți diferite se oferă condiționări diferite. Există societăți matriarhale, unde femeia domină. Vei vedea un fapt incredibil: oriunde există o societate în care femeia domină, bărbatul devine slab, iar femeia devine puternică. Ea se ocupă de toate treburile din afara casei, iar bărbatul se ocupă doar de treburile casnice.

Însă din cauză că trăim într-o societate dominată de bărbați, bărbatul devine puternic, iar femeia devine slabă și fragilă. Aceasta este hipnoză, nu e ceva natural. Nu așa stau lucrurile în natură. Tu dai lucrurilor o anumită direcție.

Apoi au loc o mie de alte hipnoze. În India, dacă un bărbat se naște într-o familie săracă, din casta celor de neatins, dacă e un sudra, atunci va rămâne sudra toată viața. Nu poate să-și schimbe nici măcar afacerea. Nu poate să devină un brahmin. E limitat: i se oferă un orificiu foarte mic, un orificiu ca un tunel. Trebuie să meargă prin el, nu are alternativă. Va gândi în termenii aceia, va trăi într-un anumit mod.

Fiecare condiționare a minții se autopetrucează, continuă să se autocreeze, cu mai multă și mai multă pricepere. Ți se dau anumite noțiuni despre Dumnezeu. În Rusia Sovietică, ți se dă noțiunea că nu există Dumnezeu.

Fiica lui Stalin, Svetlana, a scris în memoriile sale că încă de la început – normal, fiind fiica lui Stalin, a fost învățată cu foarte mare strictețe să fie atee. Dar încetul cu încetul, ea a început să simtă: „De ce? Dacă nu există Dumnezeu, de ce atâta propagandă împotriva lui? Ce rost are? Nu are niciun rost; dacă Dumnezeu nu există, chestiunea e încheiată. De ce să-ți mai bați capul? De ce să crezi propagandă anti-Dumnezeu, literatură pe tema asta și-așa mai departe? De ce să te străduiești să demonstrezi că nu există? Însuși efortul acesta dovedește că ceva pare să existe totuși, ceva ar putea să fie.” A devenit bănuitoare, iar când Stalin a murit, s-a revoltat. A devenit o persoană religioasă, dar mintea ei era îngustată. Pesemne că a fost o ființă umană rară, căci să fii credincios în Rusia Sovietică e la fel de dificil ca a fi ateu în India.

Aceste lucruri nu sunt predate, aceste lucruri sunt transmise odată cu sângele matern, cu laptele matern, cu respirația

mamei. Întreaga atmosferă te înconjoară ca o condiționare subtilă. Aceste lucruri nu sunt predate. Nu există cineva anume care să-ți predea aceste lucruri, ci le prinzi automat. Primul lucru pe care îl aude un copil hindus atunci când deschide ochii și când urechile lui încep să audă este o *mantra* sau ceva din Bhagavadgita. El nu înțelege o iotă, dar primul impact e al sanscritei, primul impact e al unei scripturi religioase. Apoi începe să crească. O vede pe mama sa cum se roagă, vede statuile zeilor și florile și tămâia, și merge de-a bușilea uitându-se și văzând tot ce se întâmplă. Vede că mama lui plânge, că îi curg lacrimile și că pare deosebit de fericită și plină de grație. Ceva extraordinar de măreț se întâmplă. Nu știe ce anume, dar ceva se întâmplă. El prinde toate astea din zbor. Apoi templul, preotul, veșmintele împodobite și întreaga atmosferă; continuă să soarbă atmosfera aceea. Ea devine parte din ființa lui. Fie că le absoarbe de la sânul mamei sau de la sânul statului, lucrurile acestea sunt absorbite de el în mod inconștient. Devine creștin: până să apuce el să înțeleagă ceva e deja creștin, hindus, musulman, jainist, budist, și e foarte dificil să îl mai decondiționezi.

Întregul efort al lui Patanjali are drept scop să te decondiționeze, să te ajute să te decondiționezi. Tot ceea ce ți-a fost oferit trebuie lăsat în urmă, așa încât să ieși din nori către cerul senin, să ieși din existența asta îngustă, ca un tunel – existența de hindus, de musulman, de comunist și așa mai departe. Cum poți găsi cerul liber, adimensional? Nicio religie nu te ajută în direcția asta, cu atât mai puțin religiile organizate. Ele își decorează tunelurile. Impun diverse lucruri oamenilor, ca și cum numai așa ar putea ajunge ei la Dumnezeu.

Am auzit despre un bărbat, un protestant, care a murit și a ajuns în rai...

El i-a zis Sfântului Petru: „Prima dată, înainte să mă stabilesc undeva, aş vrea să fac un tur. Aş vrea să văd tot raiul.”

Sfântul Petru i-a zis: „Curiozitatea ta e de înţeles, dar va trebui să ții minte un lucru: te voi plimba peste tot, dar va trebui să-ți ții gura, să nu scoți niciun cuvânt. Și mergi în așa fel încât să nu ți se audă pașii.”

Protestantul s-a îngrijorat puțin: „Dar de ce atâta...?”, însă deja se puseseră în mișcare.

Ori de câte ori voia să zică ceva, Sfântul Petru își ducea degetul la gură și făcea: „Şşş! Liniște.”

Când turul s-a încheiat, el a întrebat: „Dar care e problema? De ce trebuie să tăcem?”

Petru i-a răspuns: „Aici toată lumea crede. De exemplu, catolicii cred că doar ei sunt în rai; protestanții cred că doar ei sunt în rai; hindușii cred că doar ei sunt aici, musulmanii cred același lucru și ei. Așa că s-ar simți foarte jigniți dacă ar afla că mai e și altcineva aici. Le-ar fi cu neputință să creadă una ca asta.”

Oamenii trăiesc în tuneluri atât pe pământ, cât și în rai. Nicio religie organizată nu poate să fie în favoarea unei minți complet deschise. De aceea o religie organizată nu e câtuși de puțin religie, ci e politică.

Chiar zilele trecute am primit o scrisoare de la Amida. Ea a făcut parte din mișcarea Arica, iar acum, că a venit aici, membrii mișcării sunt foarte supărați. A devenit *sannyasin*, așa că ei i-au trimis o scrisoare prin care o anunțau că a fost exclusă. Pare ceva fără niciun sens. Pare să fie politică curată. Acum ea nu mai are voie să participe la întâlnirile lor de nicăieri. În jargonul lor i-au spus: „Acum ești băgată în apă.” E condamnată. Același

lucru se petrece pretutindeni. Scientologia le face același lucru membrilor săi. Dacă ai făcut parte din scientologie și pleci de la ei, așa cum Amida a fost băgată în apă, ei îți trimit un avertisment că de-acum ești dușmanul lor. Dușman!

Dar așa s-a întâmplat mereu. Ține minte întotdeauna: când mintea îți este îngustată, pleacă de-acolo. Nu ai de-a face cu religie, ci cu politică. E doar o chestiune de orgolii acolo.

Religia îți lărgeste orizonturile. Religia ți le lărgeste atât de mult încât pereții casei care te înconjoară dispar treptat. Rămâi sub cerul liber, complet dezgolit, în comunicare totală cu existența. Nu mai există nimic între tine și existență. În punctul ăsta se ajunge ușor, firesc, spontan, în momentul nașterii. Puterile sunt revelate la naștere, totul e revelat la naștere. E doar o chestiune de revendicare a lor. E o chestiune de reamintire a lor. Nu va fi o descoperire, ci o redescoperire.

Mulți oameni vin la mine și mă întrebă: „Dacă *samadhi* se întâmplă de la sine, dacă iluminarea se întâmplă de la sine, cum vom putea să ne dăm seama că s-a întâmplat?” Eu le spun: „Nu vă faceți griji; vă veți da seama fiindcă știți deja despre ce e vorba. Atât numai că ați uitat. Odată ce se va întâmpla din nou, amintirea va ieși la suprafață în conștiința voastră și imediat veți recunoaște starea aceea.”

Și se poate ajunge la asta în patru moduri. Primul e prin intermediul ierburilor miraculoase. Hindușii știu despre acestea de mii de ani. În Occident, moda aceasta este foarte nouă, în India e foarte veche.

Patanjali spune că pot fi: *...dobândite prin ierburi miraculoase, repetarea de cuvinte sacre, austerități sau samadhi*. El e doar în favoarea *samadhi*-ului, însă e un om foarte, foarte științific. Nu i-a scăpat absolut nimic.